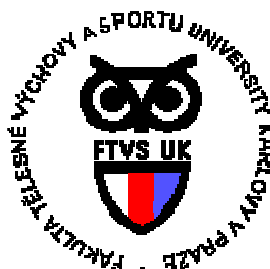


UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU



**ZÁKLADNÍ DIDAKTICKÉ PROBLÉMY PLAVECKÉ
VÝUKY OSOB SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM
(SOUČÁSTÍ JE LEGISLATIVA K PLAVECKÉ VÝUCE NA
SPECIÁLNÍCH ŠKOLÁCH PRO ZRAKOVĚ POSTIŽENÉ)**

The problems of teaching swimming lessons for visually impaired persons (part of the legislation is to teach swimming to special schools for the visually impaired)

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce:

PaedDr. Karel Kovařovic

Zpracovala:

Irena Finková

PRAHA DUBEN, 2011

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně za pomoci literární rešerše.

V Praze, dne 27.8. 2010

Irena Finková

Svoluji k zapůjčení své bakalářské práce ke studijním účelům. Prosím, aby byla vedena přesná evidence vypůjčovatелů, kteří musejí pramen převzaté literatury řádně citovat.

Jméno a příjmení:	Číslo obč. průkazu:	Datum vypůjčení:	Poznámka:
-------------------	---------------------	------------------	-----------

Děkuji tímto PaedDr. Karlu Kovařovicovi za odborné vedení práce, cenné rady a vlastní zkušenosti, které mi k vypracování práce pomohly.

Abstrakt

Název bakalářské práce:

Základní didaktické problémy plavecké výuky osob se zrakovým postižením (součástí je legislativa k plavecké výuce na speciálních školách pro zrakově postižené)

Zpracovala: Irena Finková

Vedoucí práce: PaedDr. Karel Kovařovic

Cíle práce:

Cílem práce je zpracovat přehled účasti plavecké výuky na školách pro zrakově postižené v České Republice a zároveň jakým způsobem se plavecká výuka realizuje.

Metodika práce:

Výzkumná část práce se zaměřuje na posouzení zařazování plavecké výuky do školních vzdělávacích programů různých stupňů škol – od předškolního vzdělávání po středoškolské. Dále dotazníkovou formou zjistit rozsah zařazování plavecké výuky do výuky pro děti, žáky a studenty se zrakovým postižením.

Výsledky práce:

Na základě porovnání jednotlivých školních programů jsem zjistila, že plavecké výuce jako takové, je věnována malá pozornost, kromě prvního stupně základního vzdělávání je tato výuka pouze doporučující. Dotazníkovou metodou jsem si ověřila, že většina škol, které vzdělávají žáky se zrakovým postižením se plavecké výuce věnují přímo jako součást školního vzdělávacího programu nebo formou odpolední zájmové činnosti.

Klíčová slova:

Zrakové postižení, legislativa, vzdělávání, školy zaměřené na vzdělávání zrakově postižených, dotazník

Abstract

Title of thesis:

The problems of teaching swimming lessons for visually impaired persons (part of the legislation is to teach swimming to special schools for the visually impaired).

Compiled by: Irena Finková

Supervisor: PaedDr. Karel Kovařovic

Objectives:

The aim of the work is to prepare a summary of the participation of the teaching of swimming in schools for the visually impaired in the Czech Republic and also how to implement the teaching of swimming.

Methodology of work:

The research focuses on assessing the classification of swimming lessons in the school curricula of different school levels - from pre-school education after high school.

Further form of a questionnaire to determine the extent of insertion into the teaching of swimming lessons for children, pupils and students with visual impairments.

The results:

Based on the comparison of individual school programs, I found that swimming lessons as such, is given little attention, except the first grade of primary education, this teaching only recommendatory. Questionnaire method I have verified that most of the schools, educating pupils with visual impairments are directly engaged in swimming lessons as part of school curriculum or as an afternoon hobby.

Keywords:

Visual impairment, legislation, education, schools aimed at training the visually impaired, the questionnaire.

OBSAH

1. ÚVOD	9
2. TEORETICKÁ VÝCHODISKA	10
2.1 Zrakové postižení	10
2.1.1 Vzdělávání osob se zrakovým postižením	11
2.1.2 Anatomie zrakového orgánu	12
2.1.3 Klasifikace zrakového postižení	13
2.2 Školská legislativa	16
2.2.1 Školský zákon	17
2.2.2 Vyhláška č. 72/2005	19
2.3 Vzdělávání zrakově postiženého dítěte ve škole	23
2.4 Význam pohybové aktivity u dětí	24
2.4.1 Význam pohybové aktivity u dětí se zrakovým postižením	25
2.4.2 Plavání v pohybovém režimu u dětí se zrakovým postižením	27
2.4.3 Zdravotní význam plavání	28
2.4.4 Klasifikace zrakového postižení v plaveckém sportu	31

3. VÝZKUMNÁ ČÁST	38
3.1 Cíl výzkumu	38
3.2 Stanovení výzkumného problému	38
3.3 Metody výzkumu	38
3.4 Výsledek a zpracování výzkumu	39
4. ZÁVĚR	47
5. SOUPIS POUŽITÉ LITERATURY	49
PŘÍLOHY	51

1. ÚVOD

Vzdělávání člověka se v současné společnosti věnuje značná pozornost, neboť schopnost jedince orientovat se a uspět v životě je pro každého velmi významná. Hlavním oborem, který se vzděláváním zabývá, je pedagogika. Ta dává podklady pro výchovu a vzdělávání jedince od narození až do dospělosti i v průběhu celého života. Udává směr vzdělávání v oblasti metodiky, organizace a didaktiky práce osoby, která vzdělává, tedy pedagoga.

Jako studentka dvouoborového studia speciální pedagogiky na Pedagogické fakultě a tělesné výchovy na Fakultě tělesné výchovy a sportu při Univerzitě Karlově se ve své práci pokusím spojit oba tyto obory a proto jsem si vybrala vzdělávání osob se zdravotním postižením v návaznosti na tělesnou výchovu. Konkrétně se jedná o výuku plavání pro osoby se zrakovým postižením.

Ve své práci se chci věnovat vzdělávání člověka se zrakovým postižením, což spadá do oboru speciální pedagogiky zaměřené na vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami. V rámci vzdělávání zrakově postiženého se úžeji zaměřím na plavecký výcvik takto postižených jedinců. Při vzdělávání zrakově postižených osob je třeba přistupovat velmi individuálně, zejména se zřetelem ke stupni a rozsahu zrakového postižení. Přesto bych v rámci své bakalářské práce chtěla potvrdit stanovisko, že plavecký výcvik je nejen velmi vhodným sportem, ale je také sportem, který lze po správném nácviku využít pro zrakově postižené se všemi stupni daného postižení.

Nejdříve popíši zrakové postižení z pohledu speciálně pedagogického, poté metodiku práce s osobou zrakově postiženou při nácviku plavání. V rámci pedagogického výzkumu jsem provedla šetření o zařazování plaveckého výcviku ve speciálních školách pro děti se zrakovým postižením a jeho vhodnosti pro aktivní pohyb a vliv na zdraví takto postižených osob.

2. TEORETICKÁ VÝCHODISKA

2.1 Zrakové postižení

Zdravý jedinec přichází na svět s vybavením všech smyslových orgánů, které začíná postupně používat k vnímání okolního světa. Nejinak je to i se zrakem. Oko - neboli zrakový orgán, jehož prostřednictvím jedinec vnímá vše, co ho obklopuje, je při narození již vyvinuté. Přesto novorozenec začíná vnímat zrakem postupně, teprve na základě zrakových zkušeností spojených s rozvojem zrakového centra v mozku se ostrost vidění i vnímání obrazu zdokonaluje. Oko považujeme pouze za receptor, tedy orgán, který díky svému složení a na základě světelných podnětů předává informace do mozkového centra, kde se tyto informace zpracovávají. Na základě zrakových zkušeností si člověk vytváří představy o okolním světě.

Avšak ne každý jedinec má funkci zrakového orgánu v pořádku. Vzhledem k tomu, že prostřednictvím zraku přijímáme až 90% všech informací o vnějším prostředí, můžeme tvrdit, že zrak je ze smyslových orgánů ten nejdůležitější. Přesto jeho nedostatečnost, případně úplná ztráta se dá kompenzovat. K tomu je třeba se jedinci speciálně věnovat, pracovat se speciálními kompenzačními pomůckami a také ho speciálně vzdělávat tak, aby našel co nejlepší uplatnění v životě.

Zrakovou nedostatečnost může způsobit každá část zrakového ústrojí – oko, nervové dráhy vedoucí do mozkového centra, případně poškození samotného centra v mozku. Postižení může být dědičné, získané vlivem prenatálního vývoje, vlivem předčasného narození, ale i získané během života – zvyšující se oční vadou, regresí některé části zrakového orgánu, po úrazu oka nebo mozku atd.

Zrakové postižení patří do vědního oboru, který speciální pedagogika nazývá tyflopédie. V současné době používá speciální pedagogika i pojem oftalmopedie, která se zaměřuje na vzdělávání jedinců jak nevidomými, tak osobami se sníženou kvalitou vidění.

Cílem tyflopédie podle Finkové, Ludíkové (2007) je rozvoj jedince se zrakovým postižením, což znamená nejen dosažení nejvyššího stupně socializace, včetně zajištění adekvátních podmínek pro edukaci, ale i přípravu na povolání, následné pracovní zařazení a plnohodnotného společenského uplatnění.

Absence či nedostatek zrakových podnětů je příčinou smyslového strádání, sensorické deprivace. Jde o jev velmi závažný, protože zrakové vnímání je jedním z nejzávažnějších zdrojů informací o okolním světě. (Jesenský, 2003)

Závažné zrakové postižení podle Vágnerové (2004) vytváří situaci sensorické, resp. informační deprivace. Jedinec se zrakovým postižením nemůže snadno a přesně vnímat všechny vizuální informace, resp. pro něho tato dimenze vnějšího světa vůbec neexistuje.

2.1.1 Vzdělávání osob se zrakovým postižením

Vzdělávání osob se zrakovým postižením má dlouhodobou tradici a sahá do dávné historie. O osoby se zrakovým postižením se lidé starali již od starověku. Snahou bylo, aby takto postižené osoby byly schopny samostatného pohybu a sebeobsluhy. Péče o osoby zejména nevidomé měla ve středověku charakter charitativní péče, kdy o zrakově postižené pečovaly různé řeholní řády v duchu křesťanské víry. Úroveň péče byla však na velmi nízké zdravotní úrovni, převládala spíše duchovní podpora v péči.

S nástupem humanismu se mění i pohled a přístup k osobám se zrakovým postižením. Pod vlivem zlepšující se zdravotní péče a rozvoje medicínských věd se mění diagnostikování i následná péče o osoby zrakově postižené. Péče se zaměřuje na celkový rozvoj osobnosti postiženého ve smyslu zdravotní, sociální, psychické i fyzické podpory. Od 19. století se humanistický přístup více rozvíjí a přetváří v přístup rehabilitační, tzn., že se věnuje různým formám nápravy a používání kompenzačních pomůcek, cvičení ostatních smyslů. Velkým průlomem v péči o zrakově postižené bylo vytvoření a uvedení Braillova písma. Francouz Luis Braille, který byl sám nevidomý, vytvořil pomocí plastických bodů písmo, které je hmatem čitelné. Jeho použití se rychle rozšířilo a díky němu mohou zrakově postižení získávat informace.

Cílem speciálně pedagogického působení u osob se zrakovým postižením je, aby osoba se zrakovým postižením dokázala co nejlépe vnímat informace prostřednictvím náhradních receptorů, učí se pohybovat a orientovat se v okolním prostředí, velmi významným aspektem je též sociální zapojování takového jedince do společnosti. Avšak ne každý jedinec se zrakovou vadou je považován za osobu se zrakovým postižením. Tam, kde díky kompenzačním pomůckám můžeme zrak korigovat, mluvíme pouze o zrakové vadě. K tomu používá osoba se zrakovou vadou brýle nebo oční kontaktní čočky. Tím se vada koriguje do normálu a jedinec vnímá stejně jako

zrakově zdravý. Až tehdy, když zraková korekce nestačí a zraková vada způsobuje další komplikace v běžném životě, mluvíme o zrakovém postižení. Teprve pak můžeme diagnostikovat různé stupně tohoto postižení.

Za osobu se zdravotním postižením (z pohledu tyflopédie) považujeme toho jedince, který i po optimální korekci (medikamentózní, chirurgické, brýlové apod.) má v běžném životě problémy se získáváním a zpracováváním informací zrakovou cestou (např. čtení čertotisku, zraková orientace v prostoru atd.)

Ke zjišťování rozsahu a stupni vad se používají různé diagnostické postupy a pomůcky. K měření zrakové ostrosti se používají tabulky s písmeny, čísly nebo tvary různě postaveného velkého písmene E, tzv. optotypy. Další diagnostickou pomůckou je refraktometr, který se používá zejména pro zjišťování krátkozrakosti a dalekozrakosti, tedy vad, které se dají kompenzovat použitím brýlí. Závažné oční vady poznají většinou rodiče dítěte nebo dětský lékař velmi brzy.

Takové dítě nereaguje dostatečně na běžné podněty, dochází i k celkovému opoždění ve vývoji jedince. Dítě je nejisté v pohybu, vážne vývoj hrubé i jemné motoriky, špatně manipuluje s předměty, nedokáže se zrakově zaměřit na předměty a vnímat jejich pohyb. Významně odlišně se projevuje v navazování vzájemných vztahů s ostatními osobami. Samotná diagnostika patří hlavně do oboru medicíny a očních lékařů. Výchova a vzdělávání jsou předmětem speciální pedagogiky. Vedení dítěte by vždy mělo probíhat v součinnosti rodičů, lékařů, pedagogů a psychologů. Na pomoc je rodině dítěte se zrakovým postižením od narození Centrum rané péče, Speciální pedagogické centrum. Ke vzdělávání mohou rodiče volit buď integraci do běžné školy, nebo speciální školu zaměřenou na vzdělávání zrakově postižených dětí, žáků a studentů.

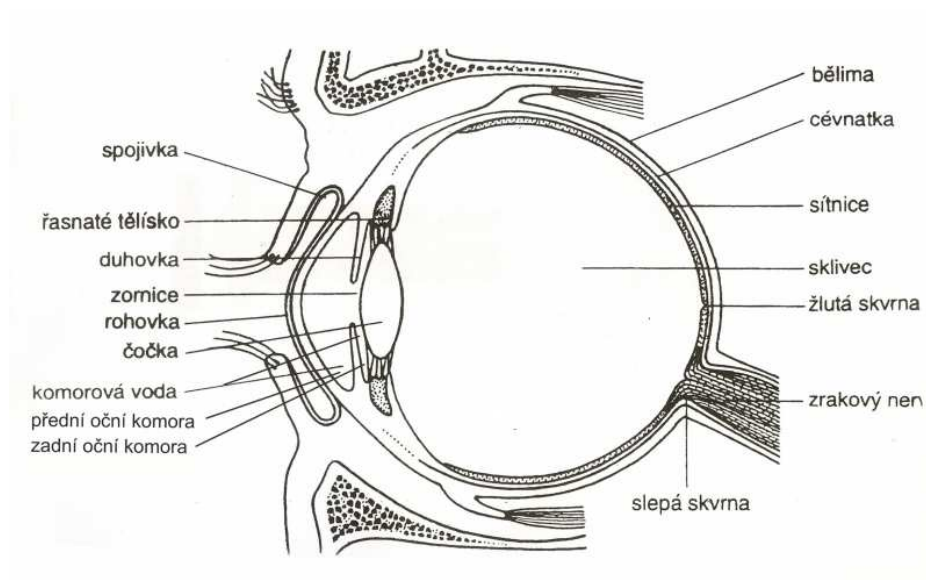
2. 1. 2 Anatomie zrakového orgánu

Protože zrakové postižení postihuje zejména vady na zrakovém orgánu, je také třeba znát jeho složení a funkčnost.

Oko je párový orgán zraku kulovitého tvaru, umístěný v kostěné prohlubni lebky - v pravé a levé očníci (Pitrová, 1993, in Hamanová, P., Květinová, L., Nováková, Z., 2007). Před poškozením je chráněno zevně očními víčky s řasovým zakončením.

Oko je v průběhu činnosti provlhčováno ze slzných kanálků. Vnitřní složení - viz obrázek č. 1

Obr. č. 1 Optická soustava oka



(Novotný, I., Hruška, M., 2003)

2. 1. 3 Klasifikace zrakového postižení

Pro správnou práci s osobami se zrakovým postižením je třeba umět vady nejen diagnostikovat, ale je třeba odlišit i stupeň a rozsah zrakového postižení. K tomu vydala mezinárodní zdravotnická federace (WHO) klasifikaci udávanou ve stupních.

Tabulka 1
Klasifikace zrakového postižení podle WHO

Položka	Druh zdravotního postižení
1.	Střední slabozrakost zrková ostrost s nejlepší možnou korekcí: maximum menší (0,30) - minimum rovné nebo lepší než 6/60 (0,10); 3/10 - kategorie zrakového postižení 1
2.	Silná slabozrakost zrková ostrost s nejlepší možnou korekcí: maximum menší než 6/60 (0,10) - minimum rovné nebo lepší než 3/60 (0,05); 1/10 - 10/20, kategorie zrakového postižení 2
3.	Těžce slabý zrak a) zrková ostrost s nejlepší možnou korekcí: maximum menší než 3/60 (0,05) - minimum rovné nebo lepší než 1/60 (0,02); 1/20 - 1/50, kategorie zrakového postižení 3 b) koncentrické zúžení zorného pole obou očí pod 20 stupňů, nebo jediného funkčně zdatného oka pod 45 stupňů
4.	Praktická nevidomost zrková ostrost s nejlepší možnou korekcí 1/60 (0,02), 1/50 až světlocit nebo omezení zorného pole do 5 stupňů kolem centrální fixace, i když centrální ostrost není postižena, kategorie zrakového postižení 4
5.	Úplná nevidomost ztráta zraku zahrnující stavy od naprosté ztráty světlocitu až po zachování světlocitu s chybnou světelnou projekcí, kategorie zrakového postižení 5

Zdroj: Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů - desátá revize (MKN-10), vydal Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR

Finková, Ludíková (2007) uvádějí, že nelze přesně v současné době uvést, kolik osob se zrakovým postižením žije v České Republice, neboť za tímto účelem neexistují relevantní statistické údaje.

Řehořová uvádí (in Finková, Ludíková, 2007), že v České Republice je v současné době cca mezi 60 000 – 100 000 osob s těžkým zrakovým postižením, z toho 7 000 – 12 000 je nevidomých.

Nejdůležitější je především včasná diagnostika očních vad, neboť oko, jako zrakový orgán se vyvíjí do 6 let věku dítěte. V tomto období se dá převážná většina očních vad zlepšit případně úplně odstranit (strabismus – šilhavost, amblyopie – tupozrakost, retinopatie – onemocnění předčasně narozených).

U těžších zrakových vad je třeba zahájit včasné speciálně pedagogické vzdělávání.

Stupně zrakového postižení podle Vágnerové (2004)

1. Slabozrakost

Omezení zrakových funkcí na úroveň 15 – 5% běžné kapacity. Takto postižení lidé jsou schopni běžné orientace v prostředí, jejich psychický vývoj nebývá zásadně odlišný.

2. Praktická nevidomost

Zbytky zraku, což je deficit v rozsahu méně než 4% běžné kapacity až po zachování jakékoli schopnosti vizuální diferenciaci (např. rozlišení prstů před okem). Tito lidé mají větší problémy i v běžném životě, pokud je jejich postižení vrozené, potřebují již od raného věku speciální péči.

3. Nevidomost

Znamená chybění tvarového vidění, ale může být zachována schopnost rozlišovat světlo a tmu, někdy je dokonce možné určit směr, odkud světlo přichází (světlocit s projekcí). Úplná neschopnost zrakově vnímat je vzácností. Vyskytuje se např. jako následek enukleace obou očí po úrazu nebo nádorovém onemocnění (retinoblastom). Takto postižení lidé potřebují speciální péči a úpravu životních podmínek.

2.2 Školská legislativa

Výchova a vzdělávání v České republice spadá pod resort Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy. Toto ministerstvo je hlavním tvůrcem a předkladatelem legislativy, kterou se řídí školy a školská zařízení při poskytování školských služeb. Patří sem i oblast vzdělávání dětí se zdravotním postižením.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) se zabývá až na výjimky jen jednou věkovou skupinou osob se zrakovým postižením – vzděláváním dětí, žáků a studentů od tří do osmnácti let, nebo déle, a to v případě dalšího studia do 26 let. Snahu o zajištění rovného přístupu ke vzdělávání s ohledem na schopnosti, cíle a možnosti zdravotně postižených jsou stanoveny v zákoně č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, dále jen ve školském zákoně a v prováděcí vyhlášce č. 73/2005 Sb., o vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných. Při poskytování odborné podpory se řídí školská poradenská zařízení vyhláškou č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních.

Legislativně je vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami v České Republice zakotveno v **zákoně č. 561/2004 Sb.**, o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) a **vyhlášce MŠMT ČR č. 73/2005 Sb.** o vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných.

Dítě s postižením může být vzděláváno v prostředí speciální školy, kterou je pro děti, žáky a studenty s postižením zraku **škola pro zřakově postižené** (mateřská, základní, střední) Druhou možností je integrace – začlenění do běžných škol. Dle výše zmíněné vyhlášky je možné vzdělávání formou individuální či skupinové integrace (formou třídy pro děti/žáky s postižením) za využití podpůrných opatření.

2.2.1 Školský zákon

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon)

Podle § 16

Vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami

(1) Dítětem, žákem a studentem se speciálními vzdělávacími potřebami je osoba se zdravotním postižením, zdravotním znevýhodněním nebo sociálním znevýhodněním.

(2) **Zdravotním postižením** je pro účely tohoto zákona mentální, tělesné, zrakové nebo sluchové postižení, vady řeči, souběžné postižení více vadami, autismus a vývojové poruchy učení nebo chování.

(3) **Zdravotním znevýhodněním** je pro účely tohoto zákona zdravotní oslabení, dlouhodobá nemoc nebo lehčí zdravotní poruchy vedoucí k poruchám učení a chování, které vyžadují zohlednění při vzdělávání.

(4) **Sociálním znevýhodněním** je pro účely tohoto zákona

- a) rodinné prostředí s nízkým sociálně kulturním postavením, ohrožení sociálně patologickými jevy,
- b) nařízená ústavní výchova nebo uložená ochranná výchova, nebo
- c) postavení azylanta, osoby požívající doplňkové ochrany a účastníka řízení o udělení mezinárodní ochrany na území České republiky podle zvláštního právního předpisu.

(5) Speciální vzdělávací potřeby dětí, žáků a studentů zjišťuje školské poradenské zařízení.

(6) Děti, žáci a studenti se speciálními vzdělávacími potřebami mají právo na vzdělávání, jehož obsah, formy a metody odpovídají jejich vzdělávacím potřebám a možnostem, na vytvoření nezbytných podmínek, které toto vzdělávání umožní, a na poradenskou pomoc školy a školského poradenského zařízení. Pro žáky a studenty se zdravotním postižením a zdravotním znevýhodněním se při přijímání ke

vzdělávání a při jeho ukončování stanoví vhodné podmínky odpovídající jejich potřebám. Při hodnocení žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami se přihlíží k povaze postižení nebo znevýhodnění. Délku středního a vyššího odborného vzdělávání může ředitel školy ve výjimečných případech jednotlivým žákům nebo studentům se zdravotním postižením prodloužit, nejvýše však o 2 školní roky.

(7) Děti, žáci a studenti se zdravotním postižením mají právo bezplatně užívat při vzdělávání speciální učebnice a speciální didaktické a kompenzační učební pomůcky poskytované školou. Dětem, žákům a studentům neslyšícím a hluchoslepým, se zajišťuje právo na bezplatné vzdělávání pomocí nebo prostřednictvím komunikačních systémů neslyšících a hluchoslepých osob podle jiného právního předpisu^{11a)}. Dětem, žákům a studentům, kteří nemohou číst běžné písmo zrakem, se zajišťuje právo na vzdělávání s použitím Braillova hmatového písma. Dětem, žákům a studentům, kteří se nemohou dorozumívat mluvenou řečí, se zajišťuje právo na bezplatné vzdělávání pomocí nebo prostřednictvím náhradních způsobů dorozumívání.

11a) Zákon č. 155/1998 Sb., o znakové řeči a o změně dalších zákonů, ve znění zákona č. 384/2008 Sb."

(8) Vyžaduje-li to povaha zdravotního postižení, zřizují se pro děti, žáky a studenty se zdravotním postižením školy, popřípadě v rámci školy jednotlivé třídy, oddělení nebo studijní skupiny s upravenými vzdělávacími programy. Žáci se středně těžkým a těžkým mentálním postižením, žáci se souběžným postižením více vadami a žáci s autismem mají právo se vzdělávat v základní škole speciální, nejsou-li vzdělávání jinak. Příprava na vzdělávání dětem se středně těžkým a těžkým mentálním postižením, se souběžným postižením více vadami nebo s autismem se může poskytovat v přípravném stupni základní školy speciální.

(9) Ředitel mateřské školy, základní školy, základní školy speciální, střední školy, konzervatoře a vyšší odborné školy může ve třídě nebo studijní skupině, ve které se vzdělává dítě, žák nebo student se speciálními vzdělávacími potřebami, zřídit funkci asistenta pedagoga. V případě dětí, žáků a studentů se zdravotním postižením a zdravotním znevýhodněním je nezbytné vyjádření školského poradenského zařízení.

(10) Ke zřízení jednotlivé třídy, oddělení nebo studijní skupiny s upravenými vzdělávacími programy v rámci školy podle odstavce 8 a ke zřízení funkce asistenta pedagoga podle odstavce 9 je v případě škol zřizovaných ministerstvem či

registrovanými církvemi nebo náboženskými společnostmi, kterým bylo přiznáno oprávnění k výkonu zvláštního práva zřizovat církevní školy, nezbytný souhlas ministerstva, v případě škol zřizovaných ostatními zřizovateli souhlas krajského úřadu.

2.2.2 Vyhláška č. 73/2005 Sb., o vzdělávání žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných, v platném znění

§ 1

Obecná ustanovení

(1) Vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami (dále jen "speciální vzdělávání") a vzdělávání dětí, žáků a studentů (dále jen "žák") mimořádně nadaných se uskutečňuje s pomocí podpůrných opatření, která jsou odlišná nebo jsou poskytována nad rámec individuálních pedagogických a organizačních opatření spojených se vzděláváním žáků stejného věku ve školách, které nejsou samostatně zřízené pro žáky se zdravotním postižením (dále jen "běžná škola").

(2) Podpůrnými opatřeními při speciálním vzdělávání se pro účely této vyhlášky rozumí využití speciálních metod, postupů, forem a prostředků vzdělávání, kompenzačních, rehabilitačních a učebních pomůcek, speciálních učebnic a didaktických materiálů, zařazení předmětů speciálně pedagogické péče, poskytování pedagogicko-psychologických služeb, zajištění služeb asistenta pedagoga, snížení počtu žáků ve třídě, nebo studijní skupině nebo jiná úprava organizace vzdělávání zohledňující speciální vzdělávací potřeby žáka.

(3) Podpůrnými opatřeními při vzdělávání mimořádně nadaných žáků se pro účely této vyhlášky rozumí využití speciálních metod, postupů, forem a prostředků vzdělávání, didaktických materiálů, poskytování pedagogicko-psychologických služeb, nebo jiná úprava organizace vzdělávání zohledňující vzdělávací potřeby těchto žáků.

(4) Za žáky s těžkým zdravotním postižením, se pro účely této vyhlášky považují žáci s těžkým zrakovým postižením, těžkým sluchovým postižením, těžkou poruchou dorozumívacích schopností, hluchoslepí, se souběžným postižením více vadami, s autismem, s těžkým tělesným nebo těžkým či hlubokým mentálním postižením. Těmito

žákům s ohledem na rozsah speciálních vzdělávacích potřeb náleží nejvyšší míra podpůrných opatření.

§ 2

Zásady a cíle speciálního vzdělávání

Speciální vzdělávání se poskytuje žákům, u kterých byly speciální vzdělávací potřeby zjištěny na základě speciálně pedagogického popřípadě psychologického vyšetření školským poradenským zařízením.

A jejich rozsah a závažnost je důvodem k zařazení žáků do režimu speciálního vzdělávání. Speciální vzdělávání se poskytuje i žákům zařazených do škol zřízených do škol zřízených při školských zařízeních pro výkon ústavní výchovy a ochranné výchovy

§ 3

Formy speciálního vzdělávání žáků se zdravotním postižením

(1) speciálního vzdělávání žáků se zdravotním postižením je zajišťováno

- a) formou individuální integrace
- b) formou skupinové integrace
- c) ve škole samostatně zřízené pro žáky se zdravotním postižením
- d) kombinací forem uvedených pod písmeny a) až c)

(2) Individuální integrací se rozumí vzdělávání žáka

- a) v běžné škole, nebo
- b) v případech hodných zvláštního zřetele ve speciální škole určené pro žáky s jiným druhem zdravotního postižení.

(3) Skupinovou integrací se rozumí vzdělávání žáka ve třídě, oddělení konzervatoře nebo studijní skupině zřízené pro žáky se zdravotním postižením v běžné škole nebo ve speciální škole určené pro žáky s jiným druhem zdravotního postižení.

(4) Žák se zdravotním postižením se přednostně vzdělává formou individuální integrace v běžné škole, pokud to odpovídá jeho potřebám a možnostem a podmínkám a možnostem školy.

Typy speciálních škol pro zrakově postižené jsou uvedené v § 5 odst. a):

§ 5

Typy speciálních škol

a) mateřská škola pro zrakově postižené, základní škola pro zrakově postižené, střední škola pro zrakově postižené (střední odborné učiliště pro zrakově postižené, odborné učiliště pro zrakově postižené, praktická škola pro zrakově postižené, gymnázium pro zrakově postižené, střední odborná škola pro zrakově postižené), konzervatoř pro zrakově postižené.

§ 8

Organizace speciálního vzdělávání

(1) Forma a obsah speciálního vzdělávání žáka a míra podpůrných opatření se stanoví podle rozsahu speciálních vzdělávacích potřeb žáka.

(2) Speciální vzdělávání a podpůrná opatření doporučená školským poradenským zařízením zabezpečuje škola ve spolupráci se školským poradenským zařízením.

(3) Ve třídě mateřské školy samostatně zřízené pro děti se zdravotním postižením je rozsah výuky předmětů speciálně pedagogické péče nejvýše 3 hodiny denně.

(4) Žáci se zdravotním postižením, kteří se vzdělávají v základní škole nebo třídě základní školy samostatně určené pro tyto žáky, mohou mít na prvním stupni nejvýše 5 vyučovacích hodin v dopoledním vyučování a 5 vyučovacích hodin v odpoledním vyučování; na druhém stupni nejvýše 6 vyučovacích hodin v dopoledním vyučování a 6 vyučovacích hodin v odpoledním vyučování.

(5) Ve třídách a studijních skupinách zřízených pro žáky se zdravotním postižením mohou být zařazeni žáci 2 i více ročníků.

(6) Ve třídách, odděleních a studijních skupinách určených pro žáky s těžkým zdravotním postižením mohou zabezpečovat výchovně vzdělávací činnost souběžně 3 pedagogičtí pracovníci, z nichž 1 je asistent pedagoga.

(7) Ve třídách, odděleních a studijních skupinách, ve kterých se vzdělává žák se zdravotním postižením, může se souhlasem ředitele školy a zákonného zástupce žáka

nebo zletilého žáka působit osobní asistent, který není zaměstnancem právnické osoby, která vykonává činnost školy.

(8) Ve vybraných předmětech se žáci se zdravotním postižením v rámci svých možností mohou vzdělávat společně s ostatními žáky školy a být zapojeni do všech činností školy v době mimo vyučování.

(9) Pro osoby s těžkým mentálním postižením, více vadami nebo autismem, které nezískaly základy vzdělání, může základní škola speciální organizovat kurzy k jejich získání.

(10) Pro přípravu na vzdělávání dětí s těžkým mentálním postižením, více vadami nebo autismem lze zřídit přípravný stupeň základní školy speciální.

§ 9

Zařazování žáků se zdravotním postižením do speciálního vzdělávání

(1) Zařazení žáka se zdravotním postižením do některé formy speciálního vzdělávání podle § 3 provádí ředitel školy na základě doporučení školského poradenského zařízení a souhlasu zákonného zástupce žáka nebo zletilého žáka.

(2) Zařazení žáka se zdravotním postižením do některé formy speciálního vzdělávání podle § 3 může předcházet diagnostický pobyt tohoto žáka ve škole, do níž má být zařazen, a to v délce 2 až 6 měsíců.

(3) Dojde-li k významné změně speciálních vzdělávacích potřeb žáka se zdravotním postižením, zařazení tohoto žáka do režimu speciálního vzdělávání přezkoumá školské poradenské zařízení a případně navrhne úpravu tohoto režimu. V případě přearažení do jiného vzdělávacího programu zařadí ředitel školy žáka do ročníku, který odpovídá dosaženým znalostem a dovednostem žáka.

(4) Pokud ředitel běžné školy nebo ředitel speciální školy nezařadí žáka se zdravotním postižením, který má povinnost plnit školní docházku, do některé z forem speciálního vzdělávání podle § 3, oznámí tuto skutečnost zákonnému zástupci žáka se zdravotním postižením, krajskému úřadu a obci, v níž má žák trvalý pobyt.

§ 11

Péče o bezpečnost a zdraví žáků

(1) V jedné skupině žáků se zdravotním postižením při koupání a plaveckém výcviku neplavců se zdravotním postižením připadají na 1 pedagogického pracovníka nejvýše 4 žáci; vyžaduje-li to zdravotní stav žáka, je možné ve škole při zdravotnickém zařízení a s žáky s těžkým zdravotním postižením konat plavecký výcvik individuálně.

2.3 Vzdělávání zrakově postiženého dítěte ve škole

V dnešní době se dle vyhlášky č. 73/2005 Sb., v platném znění mohou vzdělávat děti, žáci a studenti buď formou individuální či skupinové integrace do běžných typů škol nebo ve školách samostatně zřízené pro žáky se zrakovým postižením. Výhodou integrace je zpravidla dostupnost školy od místa bydliště, dále možnost individuálního přístupu a zejména možnost sociálního začlenění do běžné společnosti.

Školy pro zrakově postižené mají u nás dlouholetou tradici a vysokou úroveň. Hlavním faktorem při zařazování dětí do speciálních škol je zrakové postižení, a to s ohledem na prognózu zrakové vady. Výhodou zařazení je vysoká kvalita a odbornost při reedukaci a vzdělávání zrakově postižených. Nevýhodou spatřuji v dostupnosti od místa bydliště rodiny a selektivnost postižené osoby.

Konečné rozhodnutí je na rodičích, kteří celou situaci zváží společně se speciálním pedagogem a dalšími odborníky a volí možnost integrovaného vzdělávání svého dítěte ve škole běžného typu nebo speciální školou. Za velmi důležitou považuji spolupráci rodiny se školou, Speciálně pedagogickým centrem a očními lékaři.

Nejdůležitější je, aby vzdělávání zrakově postižených bylo zahájeno co nejdříve, proto je vhodné zařadit dítě již do mateřské školy a dále pokračovat v základním vzdělávání. Při výběru typu školy musí rodiče vždy zvážit rozsah postižení a možnosti dítěte.

2. 4 Význam pohybové aktivity u dětí

Pohybová aktivita je jednou ze základních geneticky podmíněných potřeb lidského organismu.

Fyzický pohyb v dětském věku můžeme vidět jako základní zdroj uspokojování svých potřeb. Pro většinu her a aktivit potřebuje dítě ovládat svůj pohybový aparát. Ze základů těchto potřeb vychází i didaktika tělesné výchovy ve svých cílech:

- uspokojování potřeb dítěte
- pěstování zdraví
- vyrovnávání handicapů
- rozvoj talentu

Podle Karáskové (2003) pohybové aktivity sehrávají významnou roli v rozvoji osobnosti každého dítěte. Pohyb je prostředkem sebevyjádření, prostředkem interakce s materiálním a sociálním prostředím, prostředkem k poznání sebe sama. Záměrné působení pohybu je zkoumáno z nejrůznějších aspektů věd psychologických, biologických, biomechanických a tak podobně.

Věda o lidském pohybu – kinantropologie – staví pohyb člověka na skutečně vědecké základy.

Předmětem kinantropologie jako vědního oboru je podle Blahuše (1993, in Komešník, B., Fejtek, M, 1997). Lidská záměrná pohybová činnost, její struktura a funkce a její vztah k rozvoji člověka jako psycho-sociálního individua. Předmětem kinantropologie je zkoumání tělesných cvičení, rekreační i školní tělesné výchovy, tanečního pohybu, sportovních činností, včetně sportu handicapovaných, rehabilitačních technik, různých forem pohybové rekreace hraničně i z oblasti ergonomie a pracovních i dalších účelových sfér pohybových činností.

Pohybovou aktivitu popisují také Dobrý, Svatoň, Šafaříková, Marvanová (in Dvořáková, 1998) jako pohyb člověka, který získává svou realizaci v definovaném prostředí, cíleností a účelovou podmíněností dovednostní charakter. Pohybová aktivita kultivuje a rozvíjí dovednostní vybavu člověka, která slouží především k vyrovnání se s vnějším prostředím lidské existence.

Tělesnou výchovu označují jako záměrně vedený (řízený) didaktický proces, jehož posláním je zprostředkovat pohybovou kompetenci, vymezenou cíli kurikulárních programů.

Děti se potřebují odreagovat, uvolnit se, vybit nahromaděnou energii. Pohybové aktivity mohou všechny tyto potřeby dětí uspokojit. Přitom stírají rozdíl mezi zábavou a prací, zpestřují život dítěte, činí jej radostnějším.

Tělesná aktivita podle Jesenského (2003) patří mezi elementární oblasti lidské motoriky (tzv. socio-dovednosti), jež jsou neoddělitelnou součástí základních činností člověka.

Úkoly tělesné výchovy podle Bělkové (1984) jsou ve své konkrétní podobě zprostředkovány specifickými formami tělesných cvičení, resp. tělovýchovnými a sportovními aktivitami.

I v obecných cílech tělesné výchovy je pamatováno na osoby s různými formami postižení - snaha o vyrovnávání handicapů.

Pohybové aktivity zaujímají významné místo i ve výchově dětí se zrakovým postižením. Ovlivňují stránku tělesnou ve smyslu zdraví, zlepšují kvalitu pohybu a jeho řízení, tím mohou napomoci k reedukaci dítěte, přinášejí sociální kontakty, mohou se stát vhodnou náplní volného času, navodit pozitivní prožitky, sebepoznání, sebevědomí i smysl života (soutěže, paralympiády).

2. 4. 1 Význam pohybové aktivity u dětí se zrakovým postižením

Omezení nebo vyloučení zraku je pro pohyb a orientaci člověka zásadním handicapem. Děti se orientují převážně pomocí sluchových, taktilních, případně vibračních podnětů, což také výrazně ovlivňuje způsoby komunikace, kde hlas a jiné zvukové signály jsou nezastupitelné.

Z hlediska handicapu jak uvádějí Hošek, Jansa (2000) je účast na pohybových aktivitách i základním lidským právem (Evropská charta sportu pro všechny: zdravotně postižené osoby 1996)

Pohybové aktivity a sport patří k uznávaným životním hodnotám i velmi těžce handicapovaných jedinců jednak jako zdroj zábavy a prožitku, náplň volného času, ale i

jako základní předpoklad rozvoje fyzických sil, psychické rovnováhy a sociálního jednání.

Cílem tělesné výchovy u zrakově postižených dětí by měl být rozvoj a upevnění základních pohybových dovedností a návyků spojených se správným držením těla a samostatným pohybem ve známém i méně známém prostoru, rozvoj zdravotně orientované zdatnosti jako základu rozvoje a udržování aktivního zdraví, rozvoj nepoškozených smyslů (zejména sluchu a hmatu) a zvyšování motivace k pravidelnému cvičení.

Za následky zrakového postižení pro tělesný vývoj osobnosti z řady dosavadních šetření vyplývá poznatek, že již v prvních měsících života lze zaznamenat u nevidomých dětí určité zpoždění ve vývoji za dětmi normálně vidícími, způsobené chybějícími vizuálními informacemi. Tím je ohraničen proces získávání zkušeností promítající se do kognitivní, sociálně emotivní, psychomotorické oblasti a významné i pro okruh pohybových činností. (Bláha, Pyšný, 2000)

Podle Učebních osnov základní školy pro zrakově postižené:

Cílem tělesné výchovy zrakově postižených je rozvoj a upevnění základních pohybových dovedností a návyků spojených se správným držením těla a samostatným pohybem ve známém i méně známém prostoru, rozvoj zdravotně orientované zdatnosti jako základu rozvoje a udržování aktivního zdraví, rozvoj nepoškozených smyslů (zejména sluchu a hmatu) a zvyšování motivace k pravidelnému cvičení.

Se ztrátou zraku dochází k úbytku smyslových podnětů, což postupně způsobuje sníženou potřebu pohybu. Souvisí to s obavou o bezpečnost a strach z úrazu v důsledku špatné orientace v prostoru. Cílem vzdělávání osob se zrakovým postižením je vzbuzovat zájem o pohybové aktivity a tím vytvářet u těchto osob pocit bezpečí při orientaci v okolí.

Při nedostatku pohybu je oslaben celý pohybový systém člověka, tím vzniká svalová nerovnováha a dochází k vadnému držení těla. Nejčastěji se objevuje vada v předklonu hlavy nebo jejímu nachýlení do strany, ramena vpadá dopředu, zvýšená kyfóza v horní hrudní páteři, skolióza, bederní lordóza s vystupujícím břichem a pánví sklopenou dopředu.

Již nepatrná porucha zraku může mít za následek poruchy rovnováhy či pokles úrovně pohybových schopností. Trvalé těžké poškození zraku způsobuje poruchy svalové koordinace a prostorové orientace. Osoby, které se staly nevidomými v průběhu života, mají snadnější pozici, protože prošly motorickým vývojem a mají zafixovánu řadu motorických stereotypů a pohybových činností (Miklová 1996, in Trnka, 2008).

2. 4. 2 Plavání v pohybovém režimu u dětí se zrakovým postižením

Dovednost plavat je nezastupitelným způsobem lokomoce ve vodě, jenž umožňuje jedinci zachovávat a rozvíjet nejcennější lidské hodnoty jakými jsou život a zdraví člověka.

Plavání podle Svozila (1992) patří mezi cyklické pohybové činnosti, které mají převážně vytrvalostní charakter. Plavec se ve vodě pohybuje pomocí záběrových pohybů horních a dolních končetin. Tyto pohyby jsou při zvládnutí plaveckých způsobů zautomatizovány.

V oblasti motoriky člověka patří plavání k základním a životně důležitým pohybovým dovednostem. Jedna z jeho základních předností, ve srovnání s jinými tělovýchovnými aktivitami, je možnost jeho širokého využití, neboť jeho uplatnění není omezeno jen na určité věkově omezené období.

Bělková – Preislerová (1988) uvádí, že plavání patří z hlediska realizace specifických úkolů k nejúčinnějším pohybovým aktivitám. Jeho biologická a společenská hodnota je mimořádně vysoká a mnohostranná.

Také Motyčka (1991) považuje plavání jako nejdokonalejší způsob lokomoce člověka ve vodě bez použití pomocných prostředků pro pohyb (kupř. ploutve, lodě apod.). Každý vyšší výkonnostní stupeň vyžaduje vysokou adaptaci člověka na vodní prostředí, kterou nelze žádnou teorií bez odpovídající praxe ve vodě nahradit. Neexistuje ani žádný transfer z jiného sportu, který by napomáhal plavání rychleji zvládnout. Dosažený čas potřebný k překonání určité vzdálenosti plaváním je objektivním a komplexním měřítkem všech potřebných schopností a dovedností uplatněných ve vodě. Úroveň zvládnutí techniky plavání (styl) je současně nezastupitelnou složkou specifické dovednosti, ale i nezbytnou součástí úrovně tělesné kultury.

V plaveckém výcviku se zrakově postižení žáci neučí pouze samotnému pohybu ve vodě, ale musí také pomocí zvláštních technik a hledání možností orientování se v prostorách bazénu dosáhnout samostatného a bezpečného pohybu.

Absence informací o prostoru i prováděném pohybu podle Bláhy, Pyšného (2000) s sebou nese negativní důsledky, projevující se příznaky strachu a nízkou rozmanitostí pohybových aktů. Jejich dopadem jsou řadou šetření potvrzené údaje o zhoršených somatopedických ukazatelích – dominantní tu je kyfotický tvar páteře, svalových dysbalancích a výkonnosti orgánů. Vedle těchto projevů lze u nevidomých nebo dalších těžce zrakově postižených pozorovat charakteristické pohybové stereotypy nebo tzv. psychomotorické zvláštnosti, některé velmi obtížně vysvětlitelné. Patří k nim např. rytmické kývavé, točivé pohyby, nezvyklé mimické projevy nebo tření očí, či uší.

Plavání pro děti se zrakovým postižením je velmi vhodnou pohybovou aktivitou. Výhodou plavání osob se zrakovým postižením je, že není závislé na stupni a druhu zrakového postižení, jeho nácvik a zdokonalování může probíhat v různém věku a v případě dostatečných plaveckých zkušeností nepotřebuje postižený při plavání žádného asistenta nebo vodiče.

2. 4. 3 Zdravotní význam plavání

Přínos plavecké výchovy popisuje následně Bělková 1994:

1. Plavání všestranně a rovnoměrně zatěžuje veškeré svalstvo, především však velké svalové skupiny. Zapojuje do činnosti svaly, které jsou v běžném životě zanedbávány. Hydrostatický vztlak snižuje statickou složku svalové práce a přispívá tak k relaxaci svalů. Napomáhá rozvíjet schopnost střídát svalové napětí s uvolněním, což je základem ekonomického úsilí nejen při sportovním, ale i fyzickém pracovním výkonu.
2. Antigravitační účinky hydrostatického vztlaku rovněž odlehčují přetěžované páteři a celému pohybovému aparátu, zejména dolním končetinám. Umožňují nám vykonávat hodnotnou svalovou činnost, aniž bychom páteř a končetiny zatěžovali vlastní hmotností (ve vodě klesá na 2 – 3 kg). Zároveň vztlak umožňuje provádět vodní aktivity i lidem s omezenou hybností.

3. Vodorovná poloha jako důsledek vztaku je prospěšná též oběhovému systému. Na rozdíl od práce ve vertikální poloze, kdy srdce při sání krve z velkého oběhu musí proti přitažlivosti zemské překonávat hydrostatický tlak krevního sloupce, je návrat krve do srdce v horizontální poloze snadnější. Spolu se stejnoměrnou a rytmickou činností svalů i hlubokým a pravidelným dýcháním je tak cirkulace krve a srdeční práce ulehčena. Hydrostatický tlak působí na stlačení a vyprázdnění povrchových žil. Z žilního systému kůže a podkoží, který funguje jako rezervoár krve, se krev přesouvá do nitrohrudního prostoru a naplňuje tam velké žíly a srdce více než za běžných podmínek. Při ponoření po kyčle stoupne MO srdce v důsledku zvýšené nabídky krve pravému srdci o 5%, při ponoření po krk o 60%. Tepový srdeční objem při ponoření po krk stoupne ze 70 ml na 110 ml při současném poklesu tepové frekvence. Z toho vyplývá, že jen samotné ponoření do vody vyvolává výrazné změny v činnosti srdečně cévního systému, jejichž příznivou odezvu na organizmus je možno účelně využít.
4. Plavání zvláště příznivě působí na rozvoj dýchacího systému. Plíce jsou lépe prokrvovány a pracují i horní částí, která je za normálních podmínek aktivována jen minimálně. Zlepšuje se množství parciálního tlaku kyslíku v krvi. Při dýchání působí hydrostatický tlak vodního sloupce v závislosti na hloubce ponoru na povrch těla hmotností přibližně 30 kg. Při vdechu musí proto dýchací svaly plavce tento tlak překonávat, což vede k jejich posilování. Ze stejných důvodů musí opět celý dýchací aparát vyvinout zvýšené úsilí při snaze o úplný a intenzivní výdech do vody. V důsledku tohoto zatížení se prodlužuje apnoická pauza a zvyšuje se maximální expirační síla. Důležitý je též fakt, že nad vodní hladinou je vzduch mimořádně čistý, bezprašný a nasycený vodními parami, což jsou v celém komplexu okolnosti významné pro jedince s respiračním oslabením.
5. Pohyb vody, kterou i v případě normy pro kryté bazény – 26° C – vnímáme jako chladnou / tepelná vodivost vody je 24 krát vyšší než vzduch/ působí pozitivně na funkci termoregulačního systému a napomáhá všeobecně žádoucímu otužování organismu. Dochází tak ke zlepšování odolnosti vůči náhlým teplotním změnám a infekcím, což je okolnost významná zejména pro děti předškolního a školního věku.

6. Velký rozsah pohybů horních a dolních končetin působí příznivě na udržování kloubní pohyblivosti. Tento fakt je třeba využít u starších osob, u kterých celoživotní jednostrannou činností dochází k omezení hybnosti některých kloubních partií.
7. I klidná poloha ve vodě, eventuálně jen stoj na dně, zvyšuje několikanásobně energetický výdej organismu, a proto pohyb ve vodě vede k výraznému zvýšení metabolické činnosti.
8. Specificky pozitivní vliv má plavání na duševní funkce člověka vesměs přetíženého negativními civilizačními faktory, což se nepříznivě odráží ve zvýšené neurotizaci populace. Bezprostřední kontakt s vodou působí jako masáž kůže a povrchových svalů, což vyvolává příznivé vyvážení procesů podráždění a útlumu. Plavání v příjemném prostředí je třeba počítat mezi důležité prostředky mentální hygieny člověka. Zvláště úspěšně však napomáhá zlepšování stavů, spojených s poruchami vegetativního nervového systému jako je nespavost, předrážděnost, deprese.
9. Plavání patří mezi cyklická cvičení, která prováděná dostatečně dlouhou dobu přiměřenou intenzitou stimulují činnost vegetativních orgánů, především srdce a plic, což se projevuje celkově příznivými účinky na organismus především v rozvoji vytrvalostní kapacity.
10. Bezvýznamná není též okolnost, že samotné plavání je tělovýchovná aktivita s nejnižším úrazovým rizikem. Odpor vody brání provedení prudkého a násilného pohybu, jehož důsledkem bývají různá zranění aktivního i pasivního pohybového aparátu.

Jednou z jedinečných předností plavání ve srovnání s jinými pohybovými aktivitami je možnost jeho širokého a trvalého využívání, neboť jeho provádění není omezeno jen na určité věkové omezené období, ale potenciálně zasahuje do života člověka od nejútlejšího dětství až do pozdního stáří.

Důležitou složkou života jedince je odpočinek, ve kterém probíhá obnova pracovních sil organismu. Plavání je osvědčeným prostředkem regenerace fyzických a duševních sil člověka, Je nepostradatelnou součástí pohybového

režimu zejména v době dovolené a volného času v letním období. Rovněž v průběhu roku figuruje v pořadí oblíbených pohybových aktivit stále v popředí zájmu veřejnosti bez rozdílu věku a pohlaví, jak o tom svědčí různá statistická šetření.

2. 4. 4 Klasifikace zrakového postižení v plaveckém sportu

Zrakově postižení sportovci jsou rozděleni do tří skupin podle ostrosti zraku a zorného pole. Skupiny nesou označení B1, B2 a B3 (B jako Blind = nevidomý).

Nemusí být každý, kdo špatně vidí zařazen do těchto skupin, jelikož se zrak posuzuje s nejlepší možnou korekcí (s brýlemi, za nejlepších světelných podmínek atd.). V ČR existuje ještě čtvrtá skupina B4, která se však nemůže účastnit mezinárodních soutěží. Domácích soutěží se účastnit může, ale pouze jako skupina open. V plaveckých soutěžích na mezinárodní úrovni schválených mezinárodním paralympijským výborem je však nutnost označit všechny skupiny různého postižení, a proto jsou skupiny řazeny pod označením S11, S12 a S13 (S jako Swimming = Plavání)

Skupina B1 (S11)

Bez světlocitu obou očí až po světlocit, ale neschopnost rozeznat tvar ruky z jakékoliv vzdálenosti nebo v jakémkoliv směru.

Skupina B2 (S12)

Od schopnosti rozeznat tvar ruky až po zrakovou ostrost 2/60 a/nebo zorné pole menší než 5 stupňů.

Skupina B3 (S13)

Od zrakové ostrosti nad 2/60 až po zrakovou ostrost 6/60 a/nebo zorné pole větší než 5 stupňů a menší než 20 stupňů.

Platné pro všechny:

Všechna klasifikace na lepším oku s optimální korekcí (tj. všichni závodníci, kteří používají kontaktní nebo brýlové čočky, musí je nasadit při klasifikaci, ať mají v úmyslu závodit s nimi či nikoliv.

Nezpůsobí:

Zraková ostrost více než 6/60 a/nebo zorné pole větší než 20 stupňů. (v ČR bývá tato kategorie značena jako B4 nebo Open)

Zásady plavecké výuky zrakově postižených osob podle Kovařovice (2006):

- Motorické dispozice a kvalita pohybového aparátu u zrakově postižených umožňuje provádět pohybovou činnost bez omezení.
- Vliv neznámého prostředí se projevuje zvýšeným svalovým tonusem šíjového a posturálního svalstva v očekávání nenadálého a neřízeného kontaktu s překážkou.
Tento stav je často přenášen do vodního prostředí.
- U zrakově postiženého nelze vytvářet pohybovou představu verbálně, např.: „natáhni ruku...“, „zaber stranou...“ apod., ani ukázkou.
- Představu lze vytvářet pouze kontaktně, vedeným pohybem (u částečných postižení lze využít i ukázkou a pokyn).
- Výchozí úkoly jsou stejné jako v plavecké výuce zdravých jedinců, tzn., že voda je vnímána jako interní (bezproblémové) prostředí, zvládnutí plaveckého dýchání, potápění hlavy a zanořování, taktilní vnímání vodního prostředí (směry pohybu, korekce síly, nastavení ploch apod.).
- Nutné zvládnutí standardizovaného prostředí, vymezení prostoru pro výuku, později i pro plavání. Pro vlastní plaveckou lokomoci se nevyužívají dráhy u okrajů bazénu, neboť hrozí bolestivý kontakt se stěnou bazénu.
- V počátcích výuky je vhodnější zařazovat kontaktní cvičení u stěny bazénu (plavec získává jistotu návratu do výchozí polohy).
- Vždy se před zahájením výuky seznámíme s aktuálním zdravotním stavem plavce a kontraindikacemi, které mohou významně ovlivnit výběr vhodných

cvičení. Např. při zvýšeném nitroočním tlaku nelze zařadit skoky, ani hlubší zanořování.

- Po překonání počátečních obav z neznámého prostředí zahajujeme cvičeními ke zvládnutí vodního prostředí. Jsou to např.:

- 1) bezpečný vstup do vody – nacvičit příchod ke dráze, nebo ke schůdkům
- 2) ve stoji pohyb paží s různým nastavením dlaní např.: osmičky, lopatky, mlýnek, boxing, praní prádla apod.)
- 3) cvičení pro snášení vody na obličeji. Je vhodné, aby se do provedení těchto úkolů zapojil sám zrakově postižený a vnímal důsledky své, nikoliv cizí činnosti např.: cákání, polévání hlavy, mytí obličeje, dešť apod.)
- 4) navazujeme cvičeními s prvky plaveckého dýchání jako je foukání do kaše, chlazení polévky, bublání do dlaní a postupně zařazujeme zanořování obličejové části a střídání nádechu s výdechem v několika opakováních. Jedná se o rozhodující cvičení pro nácvik prvního plaveckého způsobu. Je nutné naučit plavce řídit dýchání tj. zadržení dechu, nádech ústy nad hladinou a prodloužený (řízený) výdech pod hladinou.

- Po zvládnutí uvedených dovedností a získání jistoty ve vodním prostředí navazujeme polohováním. Nacvičujeme obě základní plavecké polohy na prsou a na znak. U dětí je vhodné zařadit před polohováním hravé formy nácviku, jako jsou hříbeček, medúza, hvězdice a to i se změnami výchozích poloh. Možná cvičení pro nácvik plaveckých poloh:

- 1) úchop za okraj bazénu v poloze na prsou, položení hlavy se zadržením dechu a krátkou výdrží. Pro snadnější udržení polohy je vhodná dopomoc paží pod tělem.
- 2) stejné cvičení s opakovaným dýcháním, později bez dopomoci.
- 3) zaujetí znakové polohy „na ruce“ v připažení a ve vzpažení
- 4) statická znaková poloha bez dopomoci ve vzpažení
- 5) nácvik obou plaveckých poloh po odrazu od stěny bazénu, bez dalšího lokomočního pohybu

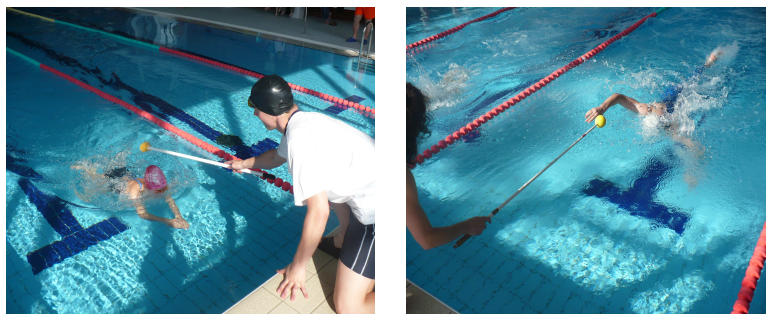
- Prvními lokomočními pohyby, navazujícími na zvládnutí plaveckých poloh jsou pohyby dolních končetin, prsový záběr, kraulové a znakové nohy. Pro vytvoření správné představy zahajujeme nácvik v sedě na vyvýšené podložce a to vedeným pohybem. Stejně cvičení provedeme na okraji bazénu, chodidla jsou již ve styku s hladinou. Kontrolujeme správné provedení kopů z kyčlí a bez přílišného ohybu v kolenou. Pro zpřesnění průběhu pohybu je možné pohyb korigovat z vody.
- Dále nacvičujeme pohyb dolních končetin již ve vodě s úchopem za okraj bazénu. Velmi brzy vyžadujeme korektní zaujetí plavecké polohy, tedy s hlavou v prodloužení trupu.
- Po zvládnutí pohybu dolních končetin přecházíme k nácviku dolních končetin ve splývavé poloze s plaveckou deskou a poté ve splývavé poloze bez desky. Cvičení provádíme v bezdeší.
- Představu o pohybu horních končetin vytváříme nejprve ve stoji přímým vedením pohybu. Pro ucelenou představu o vzájemném postavení jednotlivých segmentů těla lze přistoupit k plavci do celkového těsného kontaktu a pohyb vést ve všech prostorových souvislostech.
- Další nácvik pohybu horních končetin provádíme ve stoji s úchopem jedné paže za okraj bazénu. Nacvičujeme tak pohyb pravé a levé paže samostatně bez vzájemné součinnosti. Cílem tohoto cvičení je precizovat průběh pohybu bez dalších rušivých prvků.
- Po vytvoření představy správného pohybu provádíme nácvik ve splývavé poloze s jednou paží na malé plavecké desce. Pohyb tak vedeme jednostranně a paže střídáme. Cvičení lze provádět pouze horními končetinami, nebo se současným pohybem dolních končetin.
- I při nácviku činnosti horních končetin dbáme na včasné připojení dýchacích pohybů a vytváříme tak základ pro zvládnutí celkové souhry.
- Nácvik souhry je u zrakově postižených plavců nejsložitějším úkolem, neboť probíhá současně několik součinnostních pohybů, jejichž vzájemná koordinace je podmínkou vlastní plavecké lokomoce. Časoprostorový průběh činnosti bez zrakové kontroly je značně obtížný a drobné odlišnosti v technice jednotlivých plaveckých způsobů bývají dlouho fixovány a

odstraňují se velmi těžko. Drobné odchylky v synchronizaci a symetričnosti plaveckého pohybu jsou připuštěny i pravidly pro sportovní plavání zrakově postižené (Pravidla IBSA 9.2, 9.2.1 a 9.2.2).

- Při nácviku souhry je nutná kontaktní dopomoc k eliminaci možných negativních situací. Každou chybu ve správném provedení je nutné korigovat ihned, abychom předešli její trvalé fixaci. Důraz klademe u všech nacvičovaných plaveckých způsobů na správné plavecké dýchání a jeho provedení v celé souhře.

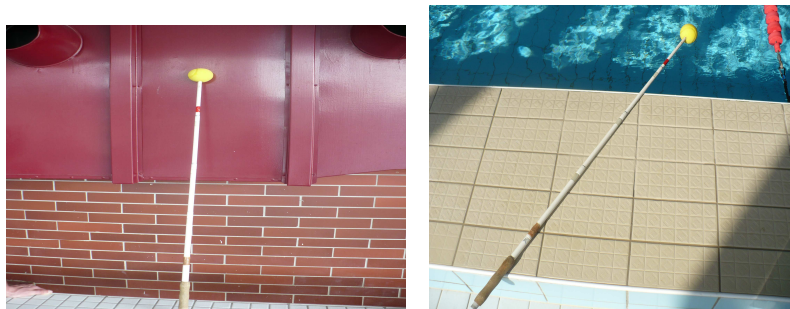
Doplnění:

- 1) Při pohybu v bazénu je nutné zajistit ze strany vyučujícího (trenéra) trvalý zrakový i verbální kontakt. Při vedení „z vody“ by pohyb vyučujícího neměl negativně ovlivňovat způsob provedení zadaného úkolu. Proto je vhodné pohybovat se od zrakově postiženého plavce vpředu a mírně stranou (vlnění hladiny). Při plavání v plaveckých drahách je vhodné pohybovat se v sousední dráze.
- 2) Po zvládnutí základní techniky je možné řídit výuku bezkontaktně, ale pouze po získání jistoty pohybu ve vodním prostředí (náhlé reakce, úlek, překážky apod.).
- 3) Plavec se zrakovým postižením se při standardní rychlosti naučí poměrně přesně najíždět k obrátkovým stěnám. Vyučující ale musí mít tuto situaci stále pod kontrolou. Při plavání na výkon se parametry plaveckého kroku mění a nelze se spoléhat na „vypočítané“ najetí na obrátku. Proto i závodní pravidla připouštějí v kategoriích B1 a B2 kontaktní dopomoc ze břehu pro bezpečné provedení obrátky, nebo dohmatu. Tuto činnost zajišťuje tzv. „tapper“.



Obr. č. 2 a 3

Tapper informuje plavce o konci bazénu



Obr. č. 4 a 5

Hůl pro tapping zakončená tenisovým míčkem

- 4) Pro zajištění bezpečného pobytu zrakově postiženého na bazénu je nutné zajistit asistenci od příchodu do prostoru šatné recepcce, přes pobyt v šatnách, sprchách, odchodech na WC, až do opětovného odchodu, či předání vodiči.
- 5) Snažíme se, aby z pobytu na bazénu i z vlastní činnosti ve vodě vznikaly pozitivní prožitky. Jen tak přijde zrakově postižený plavec opět se snahou se dále zdokonalovat a postupně přejít až ke sportovnímu plavání zrakově postižených.

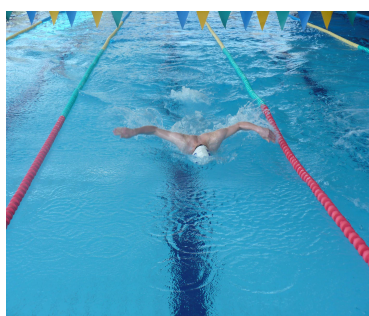
Podle Bělkové (1988) má metodika plaveckého nácviku u nevidomých, kdy chybí možnost pohybové představy na základě ukázky a znalosti prostředí je velmi specifická. Tento handicap do určité míry vyrovnává vyvinutý smysl nevidomých pro vnímání hmatových a propriorecepčních podnětů, který jim umožňuje velmi brzy vycítit odpor vody a tuto schopnost uplatnit při plaveckých pohybech, které se projevují přesností a plynulostí.

Při výcviku je nutný individuální přístup, dodržování bezpečnostních opatření a respektování specifických zvláštností nevidomých. „Ukázku“ musí cvičenec procítit. Zrakově postižení se musí nejdříve seznámit s prostředím, ve kterém se budou pohybovat – ohmatáním okrajů bazénu (s délkou, šířkou i hloubkou, se schůdky)...

Vodní prostředí poskytuje zrakově postiženému dítěti tolik potřebný dotykový stimul pro rozvoj percepce, hmatového vnímání. Zrakové postižení se promítá do omezené pohybové zkušenosti a obav i úzkosti z pobytu v neznámém prostředí. Omezené vidění působí mnohé vážné problémy, ale neznamená nemožnost pohybu ve

vodě a plavecké výuky. K tomu, aby pozitivní vztah dítěte k vodě nebyl narušen, je zapotřebí dítěti nabízet častý kontakt s vodou formou pestré nabídky vodních her.

Úroveň výkonu v pohybové dovednosti u zrakově postižených je podle Kábele, Pyšného (2000) podmíněna v různé míře mj. typem a stupněm zrakového postižení, pohlavím, věkem, druhem pohybové aktivity, použitím diagnostických metod, motivací a dalšími. Obecně je známo, a některé studie to potvrzují, že výkonnost v pohybových dovednostech u zrakově postižených jedinců klesá s rostoucím stupněm postižení, přičemž je zřejmé, že rozdíly ve výkonnosti jsou odlišné podle charakteru sledované pohybové činnosti.



Obr. č. 6

Zrakově postižený plavec – plavecký způsob motýlek

3. Výzkumná část

3.1 Cíl výzkumu

Cílem mé výzkumné práce je zmapování možností a uplatňování plavecké výuky ve školách zaměřených na vzdělávání dětí se zrakovým postižením. Dále využívání metod k nácviku plavání pro děti se zrakovým postižením.

V rámci šetření jsem se nejdříve obrátila na Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy s požadavkem zaslání přehledu škol samostatně zřízené pro žáky se zrakovým postižením (dále jen speciální škola), které jsou zaměřené na vzdělávání dětí, žáků a studentů se zrakovým postižením. Referent z odboru speciálního vzdělávání mi e- mailem zaslal seznam těchto škol. (viz. příloha)

Dále jsem si na internetu vyhledala další školy, které zajišťují vzdělávání dětí, žáků a studentů se zrakovým postižením. Na adresy těchto škol jsem zaslala dotazník (uvedený v příloze mé práce).

3.2 Stanovení výzkumného problému

Vzhledem k tomu, že má práce se zabývá problémem plavecké výuky u dětí se zrakovým postižením, bude i stanovení výzkumného problému v návaznosti na první část mé práce. Výzkumným problémem pro tento výzkum je tato otázka: „Odpovídá stávající legislativa potřebám a podmínkám k zajištění výuky plavání pro děti se zrakovým postižením?“

3.3 Metody výzkumu

Abych mohla svůj výzkum provést, musela jsem si stanovit metody, které použiji pro získání informací, které potřebuji k ověření svého výzkumného problému.

- a) porovnání různých Rámcově vzdělávacích programů pro vzdělávání na různých typech škol
- b) průzkumné šetření na školách pro vzdělávání dětí se zrakovým postižením formou řízeného dotazníku

3.4 Výsledky a zpracování výzkumu

Podle rámcových vzdělávacích programů pro jednotlivé druhy a typy škol je plavecká výuka zařazena do vzdělávání v rámci tělesné výchovy. Pro upřesnění uvádím výňatky z jednotlivých rámcových vzdělávacích programů:

Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (dále jen RVP PV) ve vzdělávací oblasti *Dítě a jeho tělo* ukládá pedagogovi formou vzdělávací nabídky rozvíjet u dětí lokomoční pohybové činnosti (chůze, běh, skoky a poskoky, lezení), nelokomoční pohybové činnosti (změny poloh a pohybů těla na místě) a jiné činnosti (základní gymnastika, turistika, sezónní činnosti, míčové hry apod.)

Očekávaným výstupem na konci předškolního období je zvládnout základní pohybové dovednosti a prostorovou orientaci, běžné způsoby pohybu v různém prostředí (zvládat překážky, házet a chytat míč, užívat různé náčiní, pohybovat se ve skupině dětí, pohybovat se na sněhu, ledu, ve vodě, v písku).

Pro dítě se zrakovým postižením je dle RVP PV tím naplněna potřeba osvojování specifických dovedností, nabídka alternativních aktivit, které je takové dítě schopno zvládnout. Samozřejmostí musí být přítomnost asistenta pedagoga, a to nejen při plavecké výuce, ale při celém pobytu v předškolním zařízení.

Z výše uvedeného vyplývá, že pro děti zdravé i se zrakovým postižením předškolního věku je vhodné zařazovat do vzdělávání plaveckou průpravu, dítě se tak zdokonaluje v lokomočních i nelokomočních dovednostech, zároveň si vytváří hygienické návyky a otužuje se. Zajišťování plavecké výuky však není podle RVP PV závazné, záleží na podmínkách a přístupu jednotlivých mateřských škol.

V rámci základního vzdělávání, pro které se závazným dokumentem Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (dále jen RVP ZV) je pamatováno na získávání plaveckých dovedností takto:

Na 1. stupni základní školy (vztahuje se na žáky navštěvující 1. až 5. ročník) je plavecká výuka v RVP ZV stanovena jako povinná součást učiva tělesné výchovy:

- **plavání** – (*základní plavecká výuka*) hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob (plavecká technika), prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu

Na 2. stupni základní školy (vztahuje se na žáky navštěvující 6. až 9. ročník povinné školní docházky) je součástí učiva tělesné výchovy dáno takto:

- **plavání** (*podle podmínek školy – zdokonalovací plavecká výuka, pokud neproběhla základní plavecká výuka, musí předcházet adaptace na vodní prostředí a základní plavecké dovednosti*) – další plavecké dovednosti, další plavecký způsob (plavecká technika), dovednosti záchranného a branného plavání, prvky zdravotního plavání a plaveckých sportů, rozvoj plavecké vytrvalosti.

Na druhém stupni základní školy, jak vyplývá z RVP ZV, je plavecká výuka již nepovinná, pouze má-li škola podmínky, může plaveckou výchovu v rámci tělesné výchovy zařadit. Bohužel většina škol tuto výuku nezařazuje, a to ani školy, které vzdělávají děti se zrakovým postižením.

Střední školy v současné době vycházejí ze svých rámcových vzdělávacích programů. Pro uvedení do problému uvádím výňatky z rámcových vzdělávacích programů pro gymnázia a obchodní akademie.

Rámcový vzdělávací program pro gymnázia (dále jen RVP G) zařazuje plaveckou výuku také do učiva tělesné výchovy a v rámci učiva stanovuje:

plavání – zdokonalování osvojených plaveckých technik (další plavecká technika); skoky do vody; branné plavání, dopomoc unavenému plavci, záchrana tonoucího (plavání je zařazováno podle materiálních podmínek školy)

Jak uvádí RVP G, věnuje pozornost dalšímu rozvoji plaveckých dovedností, významnou pozornost věnuje dopomoci a poskytování pomoci tonoucímu. Bohužel také na tomto stupni vzdělávání záleží na podmínkách školy, a to pouze materiálních. Vzhledem k tomu, že financí je na samotnou výuku poskytováno málo, většina gymnázií plaveckou výuku do školního vzdělávacího programu nezařazuje.

Obchodní akademie se ve svém rámcovém vzdělávacím programu (dále jen RVP OA) zabývá plaveckou výukou v obsahu učiva tělesné výchovy více podrobně, přesto je plavání možné uskutečňovat stejně jako na gymnáziích pouze dle podmínek školy.

Plavání*

- adaptace na vodní prostředí
- dva plavecké způsoby

- určená vzdálenost plaveckým způsobem
- dopomoc unavenému plavci, záchrana tonoucího

*Tělesná výchova bude realizována ve vyučovacím předmětu, sportovních kurzech, dnech (např. plavání, bruslení, hry, turistika) a jiných organizačních formách a podle možností a podmínek (materiální podmínky, zájmy žáků, klimatické podmínky, podíl chlapců a dívek, zdravotně oslabení žáci apod.). Tělesná výchova by měla žáky kultivovat v pohybových projevech a zlepšování tělesného vzhledu pomocí přiměřených prostředků. Pro žáky se zdravotním oslabením škola vytváří oddělení zdravotní tělesné výchovy.

Na základě zjištěných skutečností z jednotlivých rámcových vzdělávacích programů a na základě vlastních zkušeností s prací s osobou se zrakovým postižením při výuce plavání jsem vytvořila dotazník pro školy, které se vzděláváním dětí se zrakovým postižením zabývají. Chtěla jsem si ověřit, zda mají tyto děti možnost účastnit se výuky plavání a v jakém rozsahu školy výuku zajišťují.

Zpět se mi vrátilo jen deset vyplněných dotazníků. Přesto si myslím, že je to dostatečné množství, protože škol pro děti se zrakovým postižením není v současné době u nás dost. Je to také dané tím, že se nyní maximálně podporuje zařazování těchto zdravotně postižených do škol formou integrace.

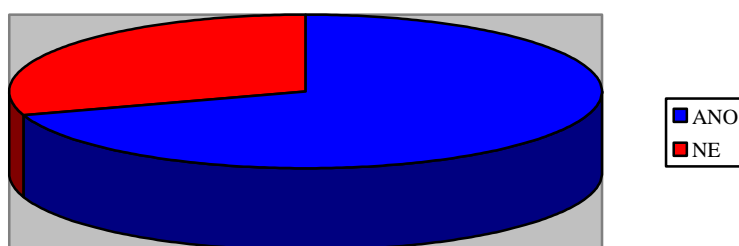
K jednotlivým odpovědím z dotazníku se budu nyní věnovat samostatně:

Otázka č. 1

„Organizujete plaveckou výuku ve vaší škole pro děti zrakově postižené?“

Na tuto otázku 70 % respondentů odpovědělo kladně v rámci zajištění plavání jakožto povinné součásti školního vzdělávacího programu. Z těchto škol se ještě dvě zabývají plaveckou výukou pro děti se zrakovým postižením i formou dobrovolné aktivity, zpravidla v odpoledních hodinách. Zbývající školy nemají plaveckou výuku povinnou a neprovádí ji. Další otázky a odpovědi na ně se týkají jen škol, které plaveckou výuku dětí se zrakovým postižením zajišťují.

Organizování plavecké výuky



Otázka č. 2

„Plaveckou výuku vedou učitelé školy pro děti zrakově postižené?“

Výuky plavání se vždy účastní učitelé školy, ale samotného nácviku se pouze ve dvou případech neúčastní přímo, využívají služeb školených odborníků.

Otázka č. 3

„Máte zajištěné pro výuku školené odborníky?“

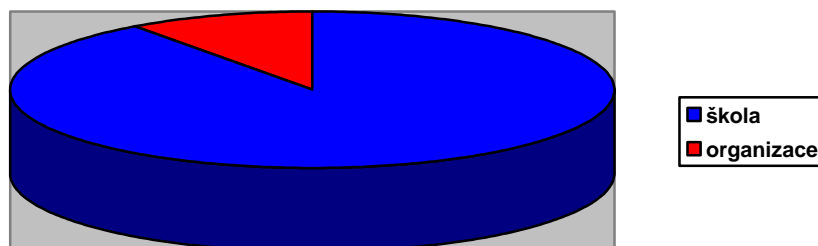
Na tuto otázku odpovídají všechny školy, které plaveckou výuku zajišťují, kladně. Dá se předpokládat, že bez dostatečné předchozí speciální průpravy výuku plavání pro děti se zrakovým postižením nelze uskutečňovat a zajišťovat.

Otázka č. 4

„Máte zajištěnou plaveckou výuku jako dodavatelskou službu jiné organizace?“

Pouze jedna škola uvádí, že využívá při výuce služby jiné organizace. Ostatní školy si plaveckou výuku zajišťují samy. Domnívám se, že se každá škola snaží využívat k plavecké výuce svých dětí se zrakovým postižením učitele a asistenty, kteří jsou nejen speciálně vzděláni, ale také děti dobře znají.

Využití služeb k plavecké výuce

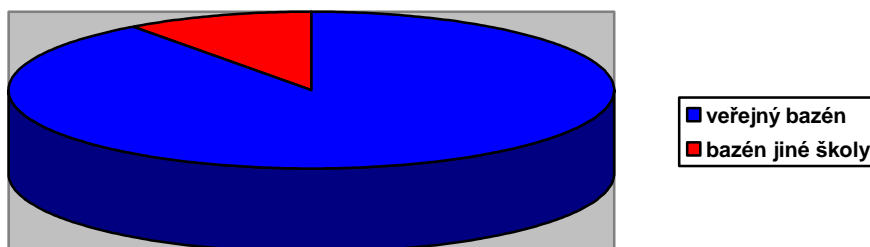


Otázka č. 5

„Využíváte pro plaveckou výuku vlastní bazén nebo veřejný?“

Kromě jedné školy, která využívá bazén jiné školy, dochází s dětmi do veřejného bazénu v místě. Pravděpodobně ani jedna škola, která na průzkum reagovala, nemá ve škole vlastní bazén, proto navštěvují a pro výuku pronajímají veřejný bazén. Při výuce dětí se zrakovým postižením je třeba dbát na to, aby byl bazén nebo jeho část uzavřen pro veřejnost.

Poměr škol podle využití bazénu



Otázka č. 6

„Dostáváte na plaveckou výuku dotace, granty – popřípadě jaké?“

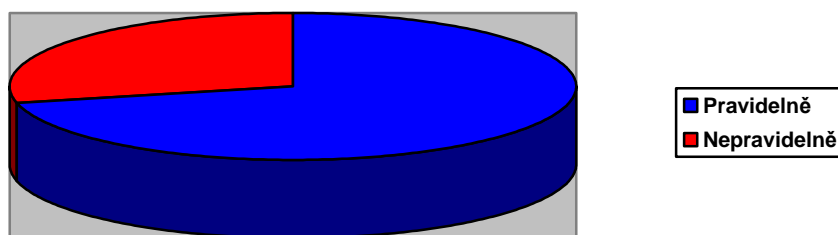
Všechny školy shodně uvádějí, že nedostávají nebo nežádají o žádné granty, ze kterých by platily výuku plavání dětí se zrakovým postižením. Pouze jedna škola, která nemá povinnou výuku plavání, zajišťuje plaveckou výuku z grantů, realizuje ji jako doplňkovou aktivitu v rámci internátního provozu v odpoledních hodinách.

Otázka č. 7

„Je plavecká výuka zahrnuta pouze do jednoho ročníku školní docházky nebo je pravidelnou součástí tělovýchovné přípravy?“

Z dotázaných škol jich pět zajišťuje plaveckou výuku jako pravidelnou součást tělovýchovné přípravy, ostatní dvě formou nepravidelnou – většinou kurzů v průběhu roku jako doplňkovou činnost.

Zahrnutí plavecké výuky během školní docházky

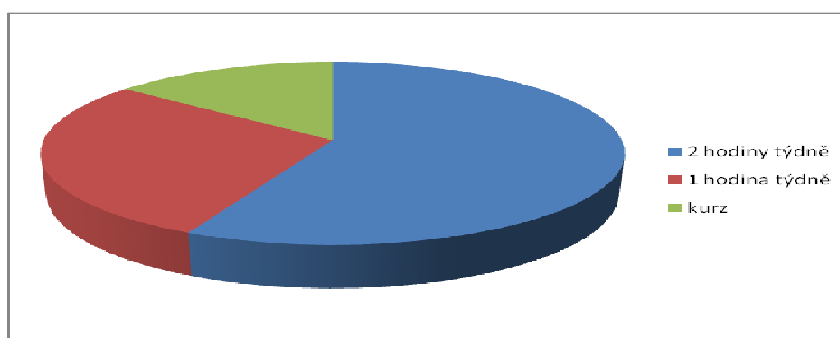


Otázka č. 8

„Jaká je měsíční frekvence plavecké výuky a kolik obsahuje hodin?“

U škol, jejich pravidelnou součástí je výuka plavání organizují plavání v rozsahu, který je znázorněn v grafu:

Týdenní dotace výuky plavání



Otázka č. 9

„Kolik dětí a pedagogického personálu se plavecké výuky zúčastňuje?“

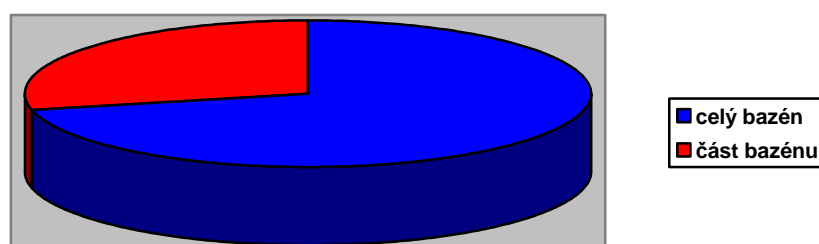
Každá škola, která organizuje plavání, zajišťuje pro každých čtyři až pět dětí jednoho pedagoga, který se dětem při plavání věnuje. Bazén navštěvují s počtem deseti, popřípadě s dvaceti dětmi. V jednom případě se dokonce deseti dětem věnují čtyři pedagogové.

Otázka č. 10

„Máte k dispozici plavecký areál nebo pouze jeho část?“

Využívání celého plaveckého bazénu po dobu výuky potvrdilo pět škol, dvě školy mohou využívat jen část, avšak tyto dvě školy dochází do bazénu společně s dětmi zdravými.

Využití plaveckého bazénu



Otázka č. 11

„Využíváte pro plaveckou výuku plavecké pomůcky? (např. destičky, pásy, ploutve apod.)“

V rámci průzkumu uvedly všechny školy, které plavecký výcvik provádí, že používají k nácviku různé plavecké pomůcky, se kterými v hodinách pracují. Zpravidla to jsou pásy, desky různých velikostí, pěnové tyče, plovací kroužky, apod.

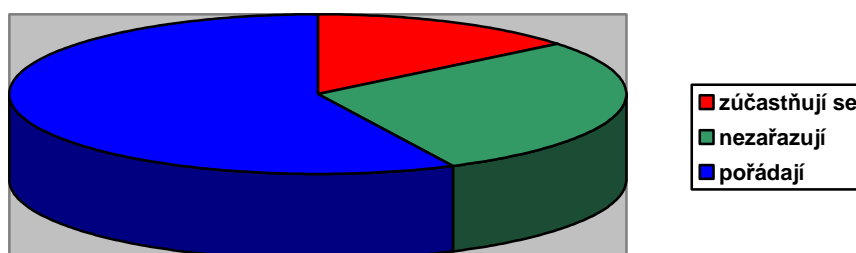
Otázka č. 12

„Pořádáte pro děti se zrakovým postižením v rámci plavecké výuky závody?“

Na tuto poslední otázku odpovídají školy následovně:

Jedna škola se zúčastňuje závodů, které organizuje někdo jiný, čtyři školy pořádají závody na konci výcviku, dvě školy závody nezařazují.

Pořádání plaveckých závodů



4. Závěr

Celá moje práce je věnovaná problematice významu plavecké výuky u osob se zrakovým postižením. Mým záměrem bylo zjistit, jakým způsobem plavecká výuka probíhá, zda má pro své opodstatnění legislativní podporu a také v jakém rozsahu a organizaci je různými školami zajišťována. V průběhu mého studia tělesné výchovy i speciální pedagogiky jsem měla možnost získané teoretické poznatky o práci s osobami se zrakovým postižením si sama ověřovat při pozorování a samotném provádění plavecké výuky s osobami se zrakovým postižením. Zároveň jsem se snažila uplatňovat při pedagogické praxi výukové metody PaedDr. Kovařovice, které jsou uvedeny v teoretické části mé práce.

Domnívám se a dovoluji si tvrdit, že pro osoby se zrakovým postižením je potřeba hledat všechny formy pohybových aktivit, které jim umožní lepší orientaci i samotný pohyb v okolním prostředí. Jak jsem zjistila a sama si ověřila, je pro jedince se zrakovým postižením, a to s různým stupněm postižení, velice vhodnou pohybovou aktivitou právě plavání. Proto by se možné výuce plavání těchto osob měla věnovat zvýšená pozornost, zejména v době vzdělávání v období povinné školní docházky. Zde nacházím nedostatečnost zejména v tom, že je plavecké výuce legislativně věnována malá pozornost. Rámcové vzdělávací programy se sice v kapitolách pro vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami samostatně věnují vzděláváním pro osoby se zrakovým postižením, ale rozvoji tělesné výchovy a plavání se nevěnují dostatečně.

Jako východisko co by se mělo změnit podle mého názoru, spatřuji už v samotné legislativě. Pokud bude školská legislativa plavání pouze jen doporučovat a nechávat na možnostech dané školy, zda bude plaveckou výuku zahrnovat do učebních osnov a nebude nijak podporovat možnost k její organizaci, škola pak následně nemusí mít dostatek finanční podpory a nebo vůbec ochotu tuto aktivitu poskytovat. Stejně tak jako na běžné škole potřebují děti sportovní aktivitu, tak by to mělo být i u handicapovaných dětí.

Doporučuji proto, aby se v rámci studia speciální pedagogiky v oboru oftalmologie věnovala větší pozornost výuce plavání a pro nácvik se uplatňovala metoda PaedDr. Kovařovice jako jedna z možných forem práce s osobami se zrakovým postižením při nácviku plavání.

Význam plavání pro zrakově postižené doporučuji jako vhodnou pohybovou aktivitu zejména z důvodu zdravotního, ale také učení se orientaci v prostorách bazénu i ve vodě. Potom, co se zrakově postižený naučí správně plavat a orientovat ve vodě, nepotřebuje při této tělesné aktivitě žádného asistenta ani vodiče. Je to vlastně jediný sport, který mohou provozovat samostatně a to i v rámci sportovních soutěží pro osoby se zdravotním postižením.

V rámci praxe na pedagogické škole jsem měla možnost si vyzkoušet osobní asistenci zrakově postižené studentce. Plavání a i jiné pohybové aktivity jí velmi obohacují život. Při každé návštěvě bazénu jsem na ní viděla úsměv ve tváři a to stačilo jen dopomoci při pohybu v prostorách bazénu a samotné plavání a orientaci ve vodě zvládala sama.

Důvody proč zmiňuji příklad mé praxe, jsou především poznatky získané vlastní zkušeností, která je velmi důležitá pro pochopení jaký handicap zrakově postižení v běžném životě opravdu mají a jak je jednoduché jim sportovní aktivitu umožnit. Často bývají pohybově aktivnější právě takto handicapovaní, jelikož jsou vděční za každou ochotu, která je jim poskytnuta a i přes svůj handicap mnohdy vyplňují svůj volný čas mnohem aktivněji, než zdraví jedinci.

5. Použitá literatura:

1. BANK, L. *Plavecký výcvik*. 1.vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 1991. 44. s. ISBN: 80-7067-014-2
2. BĚLKOVÁ, T. *Didaktika plavecké výuky*. 3.vyd. Praha: Karolinum, 1994. 105 s. ISBN: 80-7066-837-7
3. BĚLKOVÁ – PREISLEROVÁ, T. *Plavání v pohybovém režimu zdravotně oslabených a tělesně postižených*. Přepřac. vyd. Praha: Univerzita Karlova, 1988. 80 s.
4. BLÁHA, L., PYŠNÝ, L. *Provozování pohybových aktivit zrakově handicapovanou populací*. 1. vyd. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 2000. 214. s. ISBN: 80-7044-323-5
5. DVOŘÁKOVÁ, H. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí a dětí s hendikepy*. Praha: Pedagogická fakulta UK, 2000. 91 - 96. s. ISBN: 80-7290-005-6
6. DVOŘÁKOVÁ, H. *K některým problémům tělesné výchovy v současné mateřské škole*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1998. 137 s. ISBN: 80-7184-497-7
7. FINKOVÁ, D., LUDÍKOVÁ, L., RŮŽIČKOVÁ. *Speciální pedagogika osob se zrakovým postižením*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. 158 s. ISBN: 978-80-244-1857-5
8. HAMADOVÁ, P., KVĚTOŇOVÁ, L., NOVÁKOVÁ, Z. *Oftalmopedie*. 2. vyd. Brno: Paido, 2007. 125 s. ISBN: 978-80-7315-145-4
9. HOCH, M., JUŘINA, K., PREISLEROVÁ, T. *Některé problémy didaktiky plavání*. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova, 1973. 83 s. ISBN: 17-495-73
10. HOŠEK, V., JANSÁ, P. *Sport a kvalita života*. Praha : Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2002. 158 s. ISBN: 80-86317-21-8
11. JESENSKÝ, J. *Zdravotně postižení - programy pro 21.století*. Hradec Králové : Gaudeamus, 2003. 441 s. ISBN: 80-7041-234-8
12. KARÁSKOVÁ, V. *Pohybové hrátky pro děti zdravé i postižené*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2003. 93 s. ISBN: 80-244-0588-1
13. KOMEŠTÍK, B., FEJTEK, M. *Metodologie kinantropologického výzkumu*. 1. vyd. Hradec Králové: Gaudeamus, 1997. 175 s. ISBN: 80-7041-290-9
14. KOURY, JOANNE M. *Aquatic therapy programming : guidelines for orthopedic rehabilitation*. Champaign : Human Kinetics, 1996. 280 s. ISBN: 0-87322-971-1

15. KVĚTOŇOVÁ-ŠVECOVÁ, L. *Oftalmopedie*. 2. dopl. vyd. Brno: Paido, 2000. 70 s. ISBN: 80-85931-84-2
16. LEPORE, M., GAYLE, G.WILLIAM., STEVENS, SHAWN, F. *Adapted aquatics programming*. Champaign : Human Kinetics, 1998. 131 s. ISBN: 0-88011-695-1
17. MOTYČKA, J. *Teorie a didaktika plavání*. 1 vyd. Brno: Masarykova Univerzita, 1991. 92 s. ISBN: 80-210-0286-7
18. NOVOTNÝ, I., HRUŠKA, M. : *Biologie člověka*. 3. rozšířené a upravené vyd. Praha: Fortuna, 2003. 239 s. ISBN: 80-7168-819-3
19. PACIOREK, MICHAEL J. *Disability sport and recreation resources*. 3rd. Ed. Oregon: Cooper, 2001. 311 s. ISBN: 1-884125-75-1
20. SVOZIL, Z. *Didaktika plavání pro 2.stupeň základní školy*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1992. str. 60. ISBN: 80-7067-137-8
21. *Swimming Classification Manual*. Lousane: IPC, 1995
22. ŠKOLSTVÍ : právní stav ke dni 15. ledna 2010. Praha : C.H. Beck, 2009. ISBN: 978-80-7400-209-0
23. TRNKA, V. *Vrcholový a výkonnostní sport osob se zrakovým postižením v České Republice*. Praha, 2008. 108 s. Diplomová práce na UK FTVS. Vedoucí diplomové práce Karel Kovařovic.

Elektronické zdroje:

1. KOVAŘOVIC, K. *Didaktika plavání zrakově postižených*. Web site [online]. Sine loco. b.v.; 2006. SEČ [cit. 28.7.2010; 20:30] Dostupné na WorldWideWeb: <http://www.plavanizp.ic.cz/index.php?page=26&menu=8>
2. *Rámcově vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. Web site [online]. Sine loco. b.v.; 2006. SEČ [cit. 16.8.2010; 20:30] Dostupné na WorldWideWeb: <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/703/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-predskolni-vzdelavani.html/>
3. *Rámcově vzdělávací program pro základní vzdělávání*. site [online]. Sine loco. b.v.; 1. září. 2007. SEČ [cit. 5.8.2010; 16:20] Dostupné na WorldWideWeb: http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf
4. *Rámcově vzdělávací programy pro gymnázia*: site [online]. Sine loco. b.v.; 1. září. 2007. SEČ [cit. 5.8.2010; 16:20] Dostupné na WorldWideWeb: <http://clanky.rvp.cz/clanky/G/GYMNAZIALNI-VZDELAVANI.html/>

PŘÍLOHY:

DOTAZNÍK pro školy vzdělávající děti se zrakovým postižením

Vážení,

obracím se na Vás se žádostí o vyplnění anonymního dotazníku určeného pro potřeby mé bakalářské práce (Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu – obor tělesná výchova a sport s kombinací speciální pedagogika), která se zabývá problematikou plavecké výuky pro děti se zrakovým postižením.

Vedoucí práce: PaedDr. Karel Kovařovic

Vyplněný dotazník zašlete prosím na e-mail: IraSmisek@seznam.cz nebo na adresu:
Irena Finková
Čermáková 2723/15
Kladno
27201

Předem děkuji za Vaši laskavost, vstřícnost a za Váš čas.

1) Organizujete plaveckou výuku ve vaší škole pro děti zrakově postižené?

ANO	
NE	

- Pokud ANO:
Plavecká výuka je povinnou součástí školního programu nebo dobrovolnou aktivitou?

povinnou součástí školního programu	
dobrovolnou aktivitou	

- Pokud NE:
Z jakých důvodů plaveckou výuku nemáte zařazenou?

finanční důvody	
přístupnost plaveckého bazénu	
neochota pedag. pracovníků	
nezájem žáků, studentů, rodičů	

2) Plaveckou výuku vedou učitelé školy pro děti zrakově postižené?

ANO	
NE	

3) Máte zajištěné pro výuku školené odborníky?

ANO	
NE	

4) Máte zajištěnou plaveckou výuku jako dodavatelskou službu jiné organizace?

ANO	
NE	

5) Využíváte pro plaveckou výuku vlastní bazén nebo veřejný?

vlastní bazén	
veřejný bazén	

6) Dostáváte na plaveckou výuku dotace, granty – popřípadě jaké?

ANO		NE		další zdroje:
zřizovatel				
sponzor				
Grantové prostředky				

7) Je plavecká výuka zahrnuta pouze do jednoho ročníku školní docházky nebo je pravidelnou součástí tělovýchovné přípravy?

ANO	
NE	

8) Jaká je měsíční frekvence plavecké výuky a kolik obsahuje hodin?

.....

9) Kolik dětí a pedagogického personálu se plavecké výuky zúčastňuje?

počet pedagogů	
počet dětí	

10) Máte k dispozici plavecký areál nebo pouze jeho část?

celý areál	
část areálu	

11) Využíváte pro plaveckou výuku plavecké pomůcky? (např. destičky, pásy, ploutve apod.)

ANO	
NE	

Jaké?.....

12) Pořádáte pro děti se zrakovým postižením v rámci plavecké výuky závody?

ANO	
NE	

13) Stručné postřehy, zkušenosti a problémy s plaveckou výukou, funkční legislativa. (například: cesta na bazén, potřeba doprovodu, finanční problémy...)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Děkuji Vám za vaši ochotu a vyplnění dotazníku.
Irena Finková, studentka FTVS, Tvs-Sp

**Seznam škol pro děti, žáky a studenty se zrakovým postižením zaslané
z Ministerstva školství mládeže a tělovýchovy.**

1. Škola J. Ježka, Mateřská, základní a praktická škola pro zrakově postižené,
Loretánská 19, 118 00 Praha 1
2. Střední škola A. Klara, Vídeňská 28, 140 00 Praha 4
3. Základní škola pro zrakově postižené, Praha 2, nám. Míru 19
5. Gymnázium pro zrakově postižené a Střední odborná škola pro zrakově postižené,
Praha 5, Radlická 115
4. Základní škola a Mateřská škola pro zrakově postižené, Plzeň, Lazaretní 25
5. LENTILKA - mateřská škola pro zrakově postižené, Hradec Králové, Šimkova 879
6. Základní škola a Mateřská škola při léčebně zrakových vad, Dvůr Králové nad
Labem, Sladkovského 840
7. Střední škola, základní škola a mateřská škola pro zrakově postižené, Brno,
Kamenomlýnská 2
8. Mateřská škola pro zrakově postižené, Obeciny 3583, 76001 Zlín
9. Mateřská škola pro zrakově postižené, K. Sliwky 620, 733 01 Karviná-Fryštát
10. Základní škola prof. V. Vejvodského Litovel, nám. Přemysla Otakara 777
11. Základní škola, Havlíčkova 1/520, 746 01 Opava
12. Obchodní akademie, H. Kvapilové 20, 746 59 Opava
13. Mateřská škola pro zrakově postižené, České Budějovice, Zachariášova 5